Министерство образования и науки Российской **Федерации**

паспорт ЗДОРОВЬЯ школьника

О Паспорте здоровья школьника

Привет! На протяжении всего твоего обучения в школе тебя будет сопровождать паспорт здоровья. Этот
документ будешь заполнять ты сам. Помогать тебе
будут родители, учителя, медицинская сестра, психолог. Паспорт здоровья поможет тебе правильно
оценить свое здоровье, определить работоспособность и физическую подготовленность. Заполняя
предложенные таблицы, ты увидишь, что и как тебе
нужно изменить в своем образе жизни, чтобы это не
наносило вреда здоровью, сумеешь проследить в
динамике множество показателей. Не ленись и помни: здоровье самая большая твоя ценность и оно в
твоих руках. Будь здоров!

СОДЕРЖАНИЕ

| Обо мне | 5 |
|---|----|
| Сведения о родителях и родственниках, проживающих вместе со мной | 6 |
| Сведения о посещении ребенком дошкольных учреждений | 7 |
| Сведения о медицинском наблюдении школьника | 7 |
| Группа здоровья | 8 |
| Перенесенные заболевания | 8 |
| Хронические заболевания | 8 |
| Аллергия | 9 |
| Сведения о госпитализации (включая травмы, операции) | 9 |
| Сведения о санаторно-курортном (и приравненном к нему) лечении | 9 |
| Пропуск занятий по болезни | 9 |
| Показатели, характеризующие рост и развитие (соматометрические и физиометрические) | 10 |
| Половое развитие | 10 |
| Назначения врача | 11 |
| Данные осмотра учащегося | 11 |
| Оценка зрения | 11 |
| Оценка слуха | 12 |
| Оценка осанки | 12 |
| Гигиена полости рта | 14 |
| Оценка уровня физической подготовленности | 17 |
| Режим дня | 22 |
| Суточный рацион | 23 |
| Контроль питания | 24 |
| Вредные привычки | 25 |
| Моя комната/мое рабочее место | 25 |

| Сфера моих интересов | 26 |
|---|----|
| Круг моего общения | 27 |
| Сведения о посещении дополнительных занятий | 28 |
| Сведения об участии в школьных мероприятиях | 29 |
| Сведения о личных достижениях | 30 |
| Карта индивидуального психического развития школьника 1-4 классов | 31 |
| Карта индивидуального психического развития школьников средних и старших классов | 34 |
| Шкала самочувствия | 37 |
| Сведения о предпочтении учебных предметов | 38 |
| Сведения об успеваемости | 39 |
| Календарь здоровья | 40 |
| Полезная информация | 42 |
| Заметки | 42 |

ОБО МНЕ

Фото ребенка 7 лет

Фото ребенка 11 лет Фото ребенка 15 лет

| Фамилия | |
|---------------------------------------|--|
| Имя | |
| Отчество | |
| Дата рождения | |
| Адрес по прописке | Город |
| Адрес фактического прожива- ния | Совпадает с адресом по прописке Город |
| Школа | № |

СВЕДЕНИЯ О РОДИТЕЛЯХ И РОДСТВЕННИКАХ, ПРОЖИВАЮЩИХ ВМЕСТЕ СО МНОЙ

| Родители, родствен- ники | Ф.И.О. | Год рож- дения | Образование/ специальность | Должность | Телефон домашний, рабочий, мобильный |
|--------------------------------|--------|----------------------|-------------------------------|-----------|--|
| Мать | | | | | |
| Отец | | | | | |
| Бабушка | | | | | |
| Дедушка | | | | | |
| | | | | | |
| Брат | | | | | |
| | | | | | |
| Сестра | | | | | |
| | | | | | |
| Другие | | | | | |
| | | | | | |

Подчеркни подходящую твоей семье характеристику

| Состав семьи | полная | только мать | только отец | опекун |
|------------------------|---------------|-------------|---|------------------------------------|
| Семейная обстановка | благополучная | конфликтная | есть член семьи с огра- ниченными двигательными способностями | есть тяжело- больной в семье |

СВЕДЕНИЯ О ПОСЕЩЕНИИ РЕБЕНКОМ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

| Дата начала по- сещения | Возраст ребенка | Наименование уч- реждения (адрес, телефон) | Дата выбытия |
|----------------------------|--------------------|--|--------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

СВЕДЕНИЯ О МЕДИЦИНСКОМ НАБЛЮДЕНИИ ШКОЛЬНИКА

| Наблюдается в поликлинике № с года | Адрес: |
|------------------------------------|--------|
| Наблюдается в поликлинике № с года | Адрес: |
| Наблюдается в поликлинике № с года | Адрес: |

ГРУППА ЗДОРОВЬЯ

| Faves | | Возраст (лет) | | | | | | | | | | |
|----------|---|---------------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Группа | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| здоровья | | | | | | | | | | | | |

| Группа крови | Резус фактор |
|---------------|--------------|
| і руппа крови | resyc waktop |

ПЕРЕНЕСЕННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Отметь заболевания, которыми ты переболел

| Заболевание | Дата | Заболевание | Дата |
|----------------------|------|----------------------|------|
| Корь | | Брюшной тиф | |
| Коклюш | | Туберкулез | |
| Скарлатина | | Ревматизм | |
| Дифтерия | | Другие (укажи какие) | |
| Ветряная оспа | | | |
| Инфекционный паро- | | | |
| тит | | | |
| Краснуха | | | |
| Инфекционный гепатит | | | |

ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

| Заболевание (состояние) | Есть/нет | Комментарии |
|-------------------------------|----------|-------------|
| Бронхиальная астма (одышка) | | |
| Головные боли | | |
| Сахарный диабет | | |
| Заболевания сердца | | |
| Заболевания почек | | |
| Заболевания суставов | | |
| Кожные проблемы | | |
| 1. | | |
| 2. | | |
| 3. | | |
| Невнимательность/ | | |
| гиперактивность | | |
| Ограничения физической актив- | | |
| ности | | |
| Отставание в росте | | |
| Припадки | | |
| Проблемы с кишечником | | |
| Проблемы с мышцами | | |
| Проблемы со зрением | | |
| Проблемы со слухом (глухота) | | |
| Речевые проблемы | | |
| Склонность к кровоточивости | | |
| (носовые кровотечения) | | |

| Черепно- или спинномозговые | |
|--------------------------------|--|
| травмы | |
| Энурез | |
| Другое | |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| Не знаю о каких-либо проблемах | |
| со своим здоровьем | |

АЛЛЕРГИЯ

| Вид аллергии | На что проявляется | Как проявляется |
|--------------------|--------------------|-----------------|
| Пищевая | | |
| Бытовая | | |
| Лекарственная | | |
| На пыльцу растений | | |
| Другая | | |

СВЕДЕНИЯ О ГОСПИТАЛИЗАЦИИ (включая травмы, операции)

| Дата | Диагноз, вид вмешательства | Медицинское учреждение | | | | | |
|------|----------------------------|------------------------|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

СВЕДЕНИЯ О САНАТОРНО-КУРОРТНОМ (и приравненном к нему) ЛЕЧЕНИИ

| | | Учреждение | | | | | |
|------|---------|------------|---------------|--|--|--|--|
| Дата | Диагноз | Профиль | Климатическая | | | | |
| | | | зона | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

ПРОПУСК ЗАНЯТИЙ ПО БОЛЕЗНИ

| Да | ата | Диагноз | Да | та | Диагноз |
|----|-----|---------|----|----|---------|
| ОТ | до | | ОТ | до | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

ПОКАЗАТЕЛИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЕ РОСТ И РАЗВИТИЕ (СОМАТОМЕТРИЧЕСКИЕ И ФИЗИОМЕТРИЧЕСКИЕ)

| | - | Класс | | | | | | | | | | |
|-----------------|-----------|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
| Показатель | Полугодие | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Рост | I | | | | | | | | | | | |
| | П | | | | | | | | | | | |
| Масса тела | 1 | | | | | | | | | | | |
| | П | | | | | | | | | | | |
| Индекс массы | 1 | | | | | | | | | | | |
| тела (ИМТ)* | П | | | | | | | | | | | |
| Жизненная ем- | I | | | | | | | | | | | |
| кость легких | П | | | | | | | | | | | |
| Сила левой кис- | 1 | | | | | | | | | | | |
| ти | П | | | | | | | | | | | |
| Сила правой | I | | | | | | | | | | | |
| кисти | П | | | | | | | | | | | |
| Артериальное | I | | | | | | | | | | | |
| давление | П | | | | | | | | | | | |
| Частота сердеч- | I | | | | | | | | | | | |
| ных сокраще- | П | | | | | | | | | | | |
| ний | | | | | | | | | | | | |

^{*}ИМТ = вес (кг) : рост (м) 2

ПОЛОВОЕ РАЗВИТИЕ

| Ф | Формула развития (мальчики) | | | | Возраст | вития (де | девочки) | | |
|---|-----------------------------|---|----|---|---------|-----------|----------|----|----|
| V | Р | L | Ax | F | годы | Ма | Р | Ax | Ме |
| | | | | | 10 | | | | |
| | | | | | 11 | | | | |
| | | | | | 12 | | | | |
| | | | | | 13 | | | | |
| | | | | | 14 | | | | |
| | | | | | 15 | | | | |
| | | | | | 16 | | | | |
| | | | | | 17 | | | | |

НАЗНАЧЕНИЯ ВРАЧА

| Специальность врача | Ф.И.О. | Дата | Назначения врача |
|------------------------|--------|------|------------------|
| - | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ДАННЫЕ ОСМОТРА УЧАЩЕГОСЯ (заполняется педиатром)

| | Даты | | | | | | | | |
|-----------------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Состояние | | | | | | | | | |
| Зубы | | | | | | | | | |
| Кожные покровы | | | | | | | | | |
| Легкие | | | | | | | | | |
| Неврологический | | | | | | | | | |
| статус | | | | | | | | | |
| Осанка | | | | | | | | | |
| Острота зрения | | | | | | | | | |
| Полость рта | | | | | | | | | |
| Сердце | | | | | | | | | |
| Слух | | | | | | | | | |

ОЦЕНКА ЗРЕНИЯ

Я ношу очки и/или контактные линзы с ____ лет

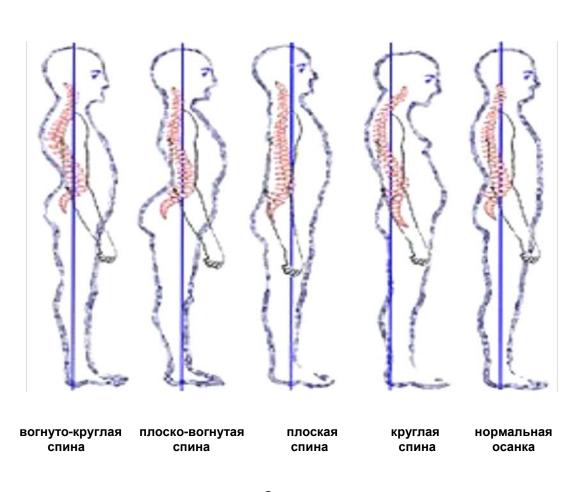
| | Класс | | | | | | | | | | |
|-------------------|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Дальнее зрение | | | | | | | | | | | |
| Ближнее зрение | | | | | | | | | | | |
| Острота зрения | | | | | | | | | | | |
| Цветовосприятие | | | | | | | | | | | |
| Фокусировка | | | | | | | | | | | |
| Глазодвигательные | | | | | | | | | | | |
| функции | | | | | | | | | | | |

ОЦЕНКА СЛУХА

| | Начальная школа | | | Средняя | і школа | Старшая школа | |
|-------------------|-----------------|--|--|---------|---------|---------------|--|
| Полная аудиметрия | | | | | | | |

ОЦЕНКА ОСАНКИ

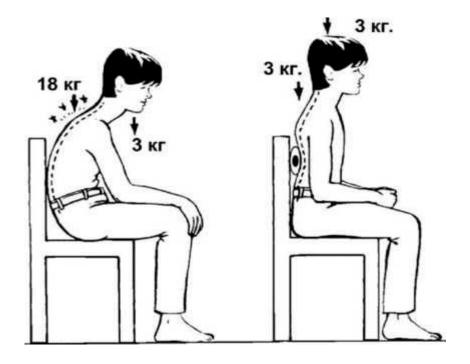
Задумайся, говорят ли тебе: «Не сутулься, выпрямься!» Отметь на рисунке свою осанку



Заключение врача

| | | _ |
|--|--|---|
| | | |
| | | |
| | | |

Следи за своей осанкой! Научись сидеть правильно.



ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

Отметь цветным карандашом зуб(ы), который тебе лечили

1-4 класс



| Сколько раз | 1 класс | 2 класс | 3 класс | 4 класс |
|---------------|---------|---------|---------|---------|
| ты был(а) у | | | | |
| стоматолога | | | | |
| Кол-во посто- | | | | |
| янных зубов | | | | |

| Укажи, какие стоматологические процедуры были тебе проведены |
|--|
| |
| |

5-9 класс



| Сколько раз | 5 класс | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
|---------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| ты был(а) у | | | | | |
| стоматолога | | | | | |
| Кол-во посто- | | | | | |
| янных зубов | | | | | |

| Укажи, какие стоматологические процедуры были тебе проведены | |
|--|--|
| | |
| | |

10-**11** класс



| Сколько раз | 10 класс | 11 класс |
|-------------|----------|----------|
| ты был(а) у | | |
| стоматолога | | |

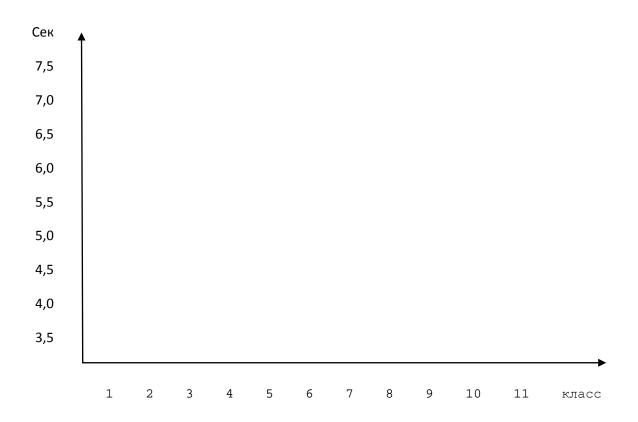
| Укажи, какие стоматологические процедуры были тебе проведены | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | - | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

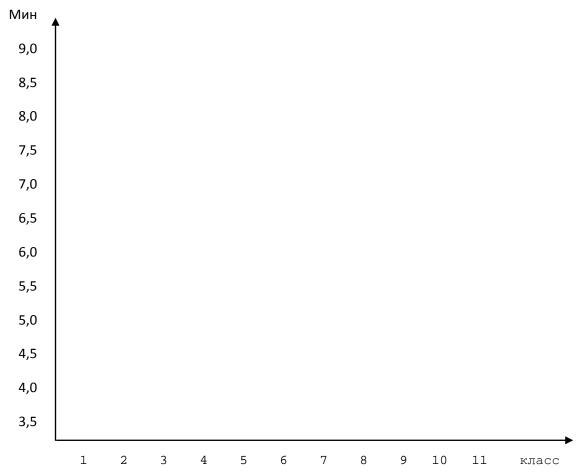
Отметь на графике свой спортивный результат:

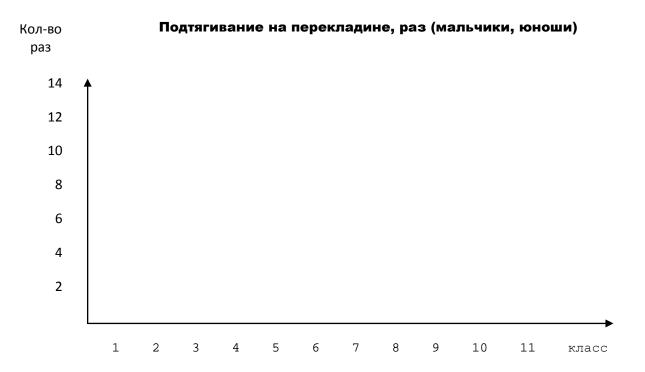
красным цветом в начале учебного года, зеленым - в конце учебного года

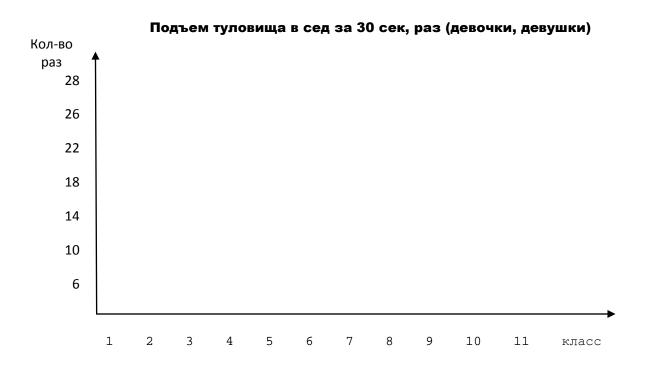


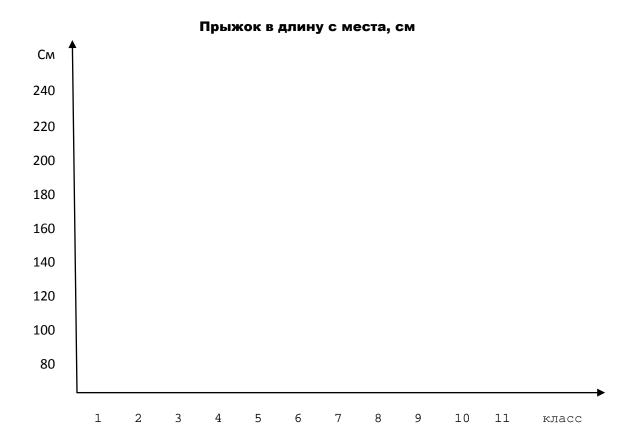












Заключение учителя физической культуры о моем уровне физической пдготовленности

| Возраст, | Полугодие | Уро | вень физич | ческой под | готовленно | СТИ |
|----------|-----------|---------|------------------|------------|------------------|--------|
| лет | | высокий | выше среднего | средний | ниже среднего | низкий |
| 7 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 8 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 9 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 10 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 11 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 12 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 13 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 14 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 15 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 16 | I | | | | | |
| | П | | | | | |
| 17 | I | | | | | |
| | П | | | | | |

| Учитель по физической культуре | | |
|--------------------------------|--------|--|
| | Ф.И.О. | |

РЕЖИМ ДНЯ

Укажи, сколько времени ежедневно (в минутах) ты тратишь на различные виды деятельности

| | Класс | | | | | | | | | |
|----|---------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|----------|------------|------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | Врем | я, затр | ачивае | мое на | выполн | ение д | омашне | его зада | ания, мин | • |
| | | | | | | | | | | |
| Вр | емя, за | трачив | аемое н | на прос | мотр ТЕ | 3, видес | о и комі | пьютері | ные игры, | мин. |
| | | | | | | | | | | |
| | Время, | затрач | иваемо | е на чт | ение, з | анятие | музыко | ой, рисс | ование, мі | ин. |
| | | | | | | | | | | |

Перечисли все основные действия, которые ты совершаешь в течение своего стандартного учебного и выходного дня (сон, гигиенические процедуры, прием пищи, учеба в школе, внешкольные занятия, выполнение домашнего задания, прогулка, свободное время, телевизор и т.п.)

| V | Учеб | бный день | Выхо | одной день |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Класс | Время | Что я делаю | Время | Что я делаю |
| 1 | с по ч. | | с _ по _ ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с _ по _ ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с _ по _ ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с по ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с по ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с _ по _ ч. | |
| | с_по_ч. | | с по ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с _ по _ ч. | |
| | с _ по _ ч. | | с по ч. | |
| | с по ч. | | с по ч. | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |

СУТОЧНЫЙ РАЦИОН



- Овощи очень полезны, их необходимо съедать как минимум 5 порций в день
- Молочные продукты содержат кальций, необходимый для зубов и костей, а так же белки и витамины
- Мясо, птица, рыба богаты железом, цинком и витаминами группы В
- **Хлеб, крупы и картофель** богаты железом, цинком и витаминами группы В
- Фрукты богаты витаминами, минеральными и биологически активными веществами
- Сладости и жиры при умеренном потреблении могут стать частью здоровой, сбалансированной диеты

КОНТРОЛЬ ПИТАНИЯ

Правильно ли ты питаешься? Задумайся, как часто ты употребляешь в пищу перечисленные ниже продукты. Выбери подходящий для тебя ответ и занеси его в таблицу:

1 - ежедневно

2 - 1 раз в неделю

3 - 2-3 раза в неделю

4 - 1-2 раза в месяц

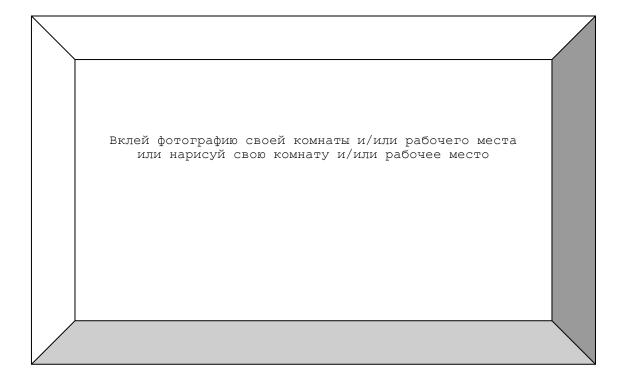
5 - не употребляю

| _ | | | | | | Клас | C | | | | |
|---------------------|---|---|---|---|---|------|---|---|---|----|----|
| Продукты питания | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Крупы | | | | | | | | | | | |
| Зерновой хлеб | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия | | | | | | | | | | | |
| Картофель | | | | | | | | | | | |
| Овощи | | | | | | | | | | | |
| Зелень | | | | | | | | | | | |
| Фрукты | | | | | | | | | | | |
| Орехи | | | | | | | | | | | |
| Мясо | | | | | | | | | | | |
| (говядина, свинина) | | | | | | | | | | | |
| Мясо птицы | | | | | | | | | | | |
| Колбаса | | | | | | | | | | | |
| Сосиски | | | | | | | | | | | |
| Рыба | | | | | | | | | | | |
| Яйца | | | | | | | | | | | |
| Молочные продукты | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное | | | | | | | | | | | |
| Оливковое масло | | | | | | | | | | | |
| Майонез | | | | | | | | | | | |
| Суп | | | | | | | | | | | |
| Чай | | | | | | | | | | | |
| Кофе | | | | | | | | | | | |
| Сильногазированные | | | | | | | | | | | |
| напитки | | | | | | | | | | | |
| Компот | | | | | | | | | | | |
| Сок | | | | | | | | | | | |
| Вода | | | | | | | | | | | |
| Вода минеральная | | | | | | | | | | | |
| Конфеты, шоколад | | | | | | | | | | | |
| Печенье, торт, пи- | | | | | | | | | | | |
| рожное | | | | | | | | | | | |
| Мед | | | | | | | | | | | |
| Мороженое | | | | | | | | | | | |
| Фаст-фуд | | | | | | | | | | | |
| Чипсы | | | | | | | | | | | |
| Копчености | | | | | | | | | | | |

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

| Напиши свои привычки, которые ты считаешь вредными |
|---|
| Мои вредные привычки |
| |
| Отношение к курению (подчеркни верное для тебя и твоей семьи утверждение) |
| ✓ В моей семье не курят |
| √ В моей семье курит |
| Мама |
| Папа |
| Брат |
| Сестра |
| Другие родственники |
| √ В моей семье раньше курил(a) и бросил(a) |
| Мама |
| Папа |
| Брат |
| Сестра |
| Другие родственники |

МОЯ КОМНАТА / МОЕ РАБОЧЕЕ МЕСТО



Отметь У утверждение, подходящее к описанию твоей комнаты/рабочего места

- У меня отдельная комната
- Я живу в одной комнате с братом/сестрой
- Я живу в одной комнате с родителями
- У меня свой письменный стол
- У меня нет своего письменного стола
- У меня есть компьютер
- У меня нет компьютера

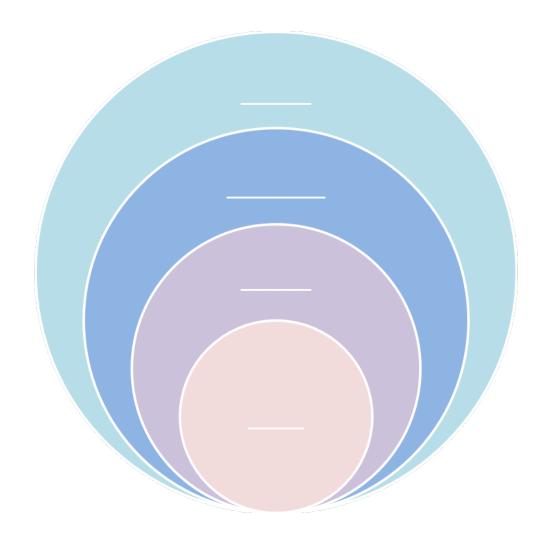
СФЕРА МОИХ ИНТЕРЕСОВ

Впиши, что тебя интересует в настоящий момент: хобби, увлечения и т.п.

| Класс | Что мне интересно |
|-------|-------------------|
| 1 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 2 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 3 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 4 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 5 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 6 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 7 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 8 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 9 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 10 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |
| 11 | 1. |
| | 2. |
| | 3. |

КРУГ МОЕГО ОБЩЕНИЯ

Ты растешь, знакомишься с новыми людьми, приобретаешь новых друзей. На этой странице ты можешь создать свое дерево общения. Отмечай имена своих друзей, людей, с которыми тебе интересно общаться.



СВЕДЕНИЯ О ПОСЕЩЕНИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

Впиши название и время, посещаемых тобой занятий во внеучебное время

| Класс | Секция/кружок/студия | Курсы | Занятия с ре- петитором | Другие за- нятия |
|-------|----------------------|-------|----------------------------|---------------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |

СВЕДЕНИЯ ОБ УЧАСТИИ В ШКОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ

Впиши названия мероприятий, в которых ты принял участие в течение учебного года. Укажи результат (занятое место, получение звания, награды и т.п.)

| | Вид мероприятия | | | | | | | | | |
|-------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------|--------|--|--|--|--|--|--|
| Класс | Олимпиада/ конкурс/викторина | Школьный кон- церт/спектакль | Спортивное соревнование | Другое | | | | | | |
| 1 | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | |

СВЕДЕНИЯ О ЛИЧНЫХ ДОСТИЖЕНИЯХ

Впиши свои достижения: названия своих лучших контрольных работ, сочинений, проектов и т.п., получение спортивного разряда, выполнение контрольного норматива, лучший результат года, призовое место в соревнованиях и т.п.)

| Класс | Достижения | | | | | | | | |
|-------|--------------------|----------|--------|--|--|--|--|--|--|
| | по учебным предме- | в спорте | другие | | | | | | |
| | там | | | | | | | | |
| 1 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 2 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 3 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 4 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 5 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 6 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 7 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 8 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 9 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 10 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |
| 11 | 1. | 1. | | | | | | | |
| | 2. | 2. | | | | | | | |
| | 3. | 3. | | | | | | | |

КАРТА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКА 1-4 КЛАССОВ

| Общая | Отно- | - Внимание | | | | | Память | | | | | |
|---|-----------------------|--|---------------|---------|-----------|-----------|------------------|-----------|------------------|---------------------|---------------------------------|-------------------|
| ориента- ция в ок- | шение к обу- | бу- тивность и про ию устойчи- лен ко- вость | рас- преде | еде клю | объ ем | - | | слуховая | | опосредо- ванная | динамика процесса заучивания | |
| ружаю- щем ми- ре и за- пас бы- товых знаний | чению в шко- ле | | ление | | | объ ем | опера- тивная | объ ем | опера- тивная | | продук- тивность | динамич- ность |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

| | Воображение | | Мышление | | | | | | |
|-------------------------------------|--|--|--|-------------------------|---------------------------|---|---|--|--|
| речевое «Вербальная фантазия» | художественно- плоскостное «Рисунок» | художественно- объемное «Скульптура» | определение понятий, объ- яснение при- чин, выявление сходства и раз- личий | формирование понятий | умение счи- тать в уме | наглядно⊦ действенное «Кубик Ру- бика» | наглядно образное «Матрица Равена» | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

| | Речь | | Мотивация |
|---------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|
| определение понятий | пассивный словарный запас | активный словарный запас | мотивация достижения успе- |
| | | | хов |
| 22 | 23 | 24 | 25 |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

| | Личностные черты (по тесту Р. Кеттела) | | | | | | | | | | |
|---------|--|---------|-----------|----------|------------|-------|----------|-------|----------|----------|--|
| I | П | Ш | IV | V | VI | VII | VIII | IX | X | ΧI | |
| экстра- | уверен- | спокой- | независи- | благора- | добросове- | сме- | практич- | опти- | самокон- | невозму- | |
| версия | ность в | ствие | мость | зумие | стность | лость | ность | мизм | троль | тимость | |
| | себе | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

Индивидуальные межличностные особенности ребенка (по мнениям родителей, учителей)*

| Показатель | Оценка | Оценка | Оценка | Оценка |
|-----------------------------|--------|--------|--------|--------|
| Общительность | | | | |
| Организаторские способности | | | | |
| Взаимоотношения с детьми | | | | |
| Альтруизм | | | | |
| Эмпатия | | | | |
| Агрессивность | | | | |
| Беспомощность | | | | |
| Обидчивость | | | | |

| Справедливость | | |
|--------------------|--|--|
| Правдивость | | |
| Вежливость | | |
| Послушание | | |
| Самостоятельность | | |
| Настойчивость | | |
| Трудолюбие | | |
| Уверенность в себе | | |

^{*}Оценка выставляется по 10-балльной шкале: 1- наименьшая степень развития данного качества, 10 – наибольшая степень развития данного качества

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ВЫВОДЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1-**4 КЛАСС**

| Дата обсле | | е развитые ские свойства | | развитые ские свойства | Другие | Общие психо- лого- | Специальные психолого- | При- |
|---------------|--------------|-----------------------------|-------------------|---------------------------|------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------|
| дова- ния | наименование | показатель | наименова- ние | показатель | особенно- сти | педагогиче- ские реко- мендации | педагогиче- ские реко- мендации | меча- ние |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

КАРТА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКА СРЕДНИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

| | Внимани | е | | | | | Г | Іамять | | | | |
|---|---------------------|-------------------|------------|------------------|------------------|------------|------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------|--|
| | Кольца Ландольта | | | Кольца Ландольта | | | зри | зрительная слуховая | | Опосредо- ванная | Динамика процесса за- учивания | |
| продуктив- ность и ус- тойчивость | распереде- ление | переклю- чение | объ- ем | объ- ем | опера- тивная | объ- ем | опера- тивная | | продуктив- | динамич- | | |
| 1 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | учивания 10 | учивания 11 | | |
| · | _ | | | | _ | | | - | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

| | Мыш | ление | | Воображен | ние и речь | Личность |
|--------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|--------------------------|------------------------|------------------|
| Логика мышления | Математические способности | лингвистические способности | технические способности | «Вербальная фантазия» | «Активный словарный | тип темперамента |
| | | | | | запас» | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | _ | |
| | | | | | | |

| | | | | Личнос | ТЬ | | | | | |
|--------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------|-----------------------|------------------|----------------------|--------------------|---------------------|-------------------|--|
| | Акцентуации характера | | | | | | | | | |
| гипер- тимность | циклоид- ность | астеноневро- тичность | сенси- тивность | психасте- ничность | шизоид- ность | эпилепто- идность | истеро- идность | неустой- чивость | конформ- ность | |
| | | | | 19 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |

| | Л | ичность | | | | Межличностные отношения | | | | | | | | |
|--------------------------|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------|-------------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|----------------------|----------------------------|-----------------------------|---|
| тревож (по Спи гер | лбер- | агрес- сив- ность | мотив достиж успе | сения | рич | иомет- еский атус | «Социал | ьно-псих | ологичес | кая сам | раттеста | ция группь | I принадлеж | ности» |
| ситуа- цион- ная | лич- ност- ная | | стрем ле- ние к успе- ху | бо- язн ь не- уда чи | по вы- бо- рам | по от- кло- нени- ям | ответ- ствен- ность | кол- лекти- визм | спло- чен- ность | кон- такт- ность | от- кры- тость | органи- зован- ность | инфор- мирован- ность | об- щий по- каза- тель уров ня раз- вития |
| 20 |) | 21 | 22 | 2 | | 23 | 24 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |

ШКАЛА САМОЧУВСТВИЯ

Как ты сам оцениваешь свое самочувствие в течение месяца? Определи свое настроение, работоспособность, физическое, моральное, душевное, психологическое состояние и закрась соответствующим цветом текущий месяц года

60%

70%

80%

90%

100%

50%

40%

10%

20%

| | | | | | 1 кла | acc | | | | | |
|---|---|--------|---------|----------|---------|---------|----------|-------|------|------|--------|
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август |
| | | | • | | 2 кла | acc | 1 | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август |
| | l | | | | 3 кла | acc | l | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | т апрель | ь май | июнь | июль | август |
| | | 1 | 1 | <u> </u> | 4 кла | acc | | 1 | | 1 | |
| сентябрь октябрь ноябрь декабрь январь февраль март апрель май июнь июль август | | | | | | | | | | | |
| | | | | <u>I</u> | 5 кла | acc | ı | l | | 1 | 1 |
| сентябрь | сентябрь октябрь ноябрь декабрь январь февраль март апрель май июнь июль август | | | | | | | | | | |
| | • | | • | • | 6 кла | acc | • | • | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | апрель | ь май | июнь | июль | август |
| | | | | | 7 кла | acc | | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | апрелі | май | июнь | июль | август |
| | | | | | 8 кла | acc | | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | т апрелы | май | июнь | июль | август |
| | | | | | 9 кла | acc | | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | г апрели | май | июнь | июль | август |
| | | | | | 10 кл | асс | | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | г апрелы | май | июнь | июль | август |
| | | | | | 11 кл | асс | | | | | |
| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январы | февра | пь март | апрель | май | июнь | июль | август |

СВЕДЕНИЯ О ПРЕДПОЧТЕНИИ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ

Впиши 3 наиболее любимых и 3 наименее любимых тобой учебных предмета

| Класс | Учебны | е предметы |
|-------|----------|------------|
| | Любимые | Нелюбимые |
| 1 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 2 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 3 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 4 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 5 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 6 | 1. | 1. |
| | 2. 3. | 2. 3. |
| 7 | 1. | 1. |
| / | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 8 | 1. | 1. |
| O | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 9 | 1. | 1. |
| , | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 10 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |
| 11 | 1. | 1. |
| | 2. | 2. |
| | 3. | 3. |

СВЕДЕНИЯ ОБ УСПЕВАЕМОСТИ

Проставьте в таблице средний балл успеваемости ученика по школьным предметам

| | _ | | | | | | Клас | C | | | | |
|--------|--|---------|-------|-------|--------|-------|-------|----------|-------|--------|--------|----|
| | Дисциплина | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Рус | СКИЙ | | | | | | | | | | | |
| | к/литература | | | | | | | | | | | |
| | странный язык | | | | | | | | | | | |
| | ные дисциплины | | | | | | | | | | | |
| | анитарные дисци- | | | | | | | | | | | |
| пли | | | | | | | | | | | | |
| | культура | | | | | | | | | | | |
| | ц, изобразитель- | | | | | | | | | | | |
| | искусство, музыка целите 1 дисциплину | , EO K | OTODO | M Cal | Mag Hi | 42720 | M C21 | Mag P | LICOV | 20 VCF | 16P36- | |
| MOC | | , 110 K | оторс | n car | чал пі | nskan | и са | чал Б | DICOR | ал усі | ісвас- | |
| K | | | | | | | | | | | | |
| л | Низкая успевае- | | | | | | | | | | | |
| а | мость | | | | | | | | | | | |
| С | | | | | | | | | | | | |
| C | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | |
| 3 4 | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| К л | Priceweg vere | | | | | | | | | | | |
| а | Высокая успе- ваемость | | | | | | | | | | | |
| C | BUCMOOLD | | | | | | | | | | | |
| C | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | |
| 6 7 | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | |

| 11 | | | | | | | |
|------|------------------|--|--|--|--|--|--|
| Под | пись | | | | | | |
| кла | ссного руководи- | | | | | | |
| теля | 1 | | | | | | |

СОЗДАЙ СВОЙ КАЛЕНДАРЬ ЗДОРОВЬЯ

Вноси в календарь все значимые события, связанные с твоим здоровьем

| Класс | Год | | Месяц | |
|-------|-----|----------|---------|---------|
| | | сентябрь | октябрь | ноябрь |
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| Класс | Год | декабрь | январь | февраль |
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| Класс | Год | март | апрель | май |
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |

| 4 | | | | |
|-------|-----|------|------|--------|
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| Класс | Год | июнь | июль | август |
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Телефоны горячих линий, справочной службы, служб помощи, ссылки на официальные сайты информационных образовательных и медицинских порталов

| ЗАМЕТКИ |
|---------|
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

Уважаемые коллеги! Авторы проекта Паспорта здоровья школьника» будут признательны за высказанные замечания и предложения по тексту материала. Ваши отзывы присылайте в адрес Федерального государственного научного учреждения «Центр исследования проблем воспитания, формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании, социально-педагогической поддержки детей и молодежи» по адресу: 127055, Москва, ул. Тихвинская, 39, стр.2, комн. 8. Тел./факс: (499) 973-55-86. E-mail: cipv@yandex.ru (Стебаева Ксения Николаевна).